

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2022/2023

 DEPARTAMENTO CURRICULAR: **Expressões**

 GRUPO DISCIPLINAR: **620 - Educação Física**

DISCIPLINA: Educação Física

 ANO: **11.º**

DOMÍNIO	CRITÉRIOS	FATOR DE PONDERAÇÃO%	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
<b>Conhecimento</b>  Resolução de problemas	Compreensão	80%	<b>Área das Atividades Físicas*</b>  Cooperar com os companheiros para o alcance do objetivo, nos Jogos Desportivos Coletivos (Voleibol e 2 de Basquetebol, Andebol ou Futebol), realizando com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares em todas as funções, conforme a oposição em cada fase do jogo, aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.  Compor, realizar e analisar esquemas individuais ou em grupo da Ginástica (Solo e/ou Aparelhos e/ou Acrobática), aplicando os critérios de correção técnica, expressão e combinação das destrezas, e apreciando os esquemas de acordo com esses critérios.  Apreciar, compor e realizar, nas Atividades Rítmicas Expressivas (Dança), sequências de elementos técnicos elementares em coreografias individuais e ou em grupo, aplicando os critérios de expressividade, de acordo com os motivos das composições.	Testes práticos;  Grelhas de registo – valorização do trabalho do aluno em sala de aula  Trabalhos individuais e/ou de grupo  Relatórios  Testes de avaliação e questões de aula  Rubricas de avaliação  Autoavaliação  Outros que o professor considere pertinentes
	Aplicação			
	Mobilização			
	Interpretação da informação			
	Planeamento e execução			
	Espírito crítico			
	Criatividade			
<b>Comunicação</b>	Comunicação verbal e não verbal		Realizar e analisar provas combinadas no Atletismo - Pentatlo (Corridas, Lançamentos e Saltos), cumprindo corretamente as exigências elementares, técnicas e do regulamento, não só como praticante, mas	

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2022/2023

DOMÍNIO	CRITÉRIOS	FATOR DE PONDERAÇÃO%	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
	Capacidade de argumentação/sentido crítico		<p>também como juiz.</p> <p>Realizar com oportunidade e correção as ações técnico-táticas elementares, nos Jogos de Raquetas (Badminton) garantindo a iniciativa e ofensividade em participações «individuais» e «a pares», aplicando as regras, não só como jogador, mas também como árbitro.</p> <p>Realizar Atividades de Exploração da Natureza (Escalada), aplicando correta e adequadamente as técnicas específicas, respeitando as regras de organização, participação e especialmente de preservação da qualidade do ambiente.</p> <p>Realizar com oportunidade e correção as ações do domínio de oposição em Jogo formal de Luta ou Judo, utilizando as técnicas de projeção e controlo, com oportunidade e segurança (própria e do opositor) e aplicando as regras, quer como executante quer como árbitro.</p> <p><b>Área da Aptidão Física</b></p> <p>Desenvolver capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa Fitescola®, para a sua idade e sexo.</p> <p><b>Área dos Conhecimentos</b></p> <p>Conhecer os métodos e meios de treino mais adequados ao desenvolvimento ou manutenção das diversas capacidades motoras.</p> <p>Conhecer e interpretar os fatores de saúde e risco associados à prática das atividades físicas utilizando esse conhecimento de modo a garantir a</p>	

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO 2022/2023

DOMÍNIO	CRITÉRIOS	FATOR DE PONDERAÇÃO%	APRENDIZAGENS ESSENCIAIS	PROCESSOS DE RECOLHA DE INFORMAÇÃO
			realização de atividade física em segurança, nomeadamente: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dopagem e riscos de vida e/ou saúde;</li> <li>• Doenças e lesões;</li> <li>• Condições materiais, de equipamentos e de orientação do treino.</li> </ul>	
Desenvolvimento pessoal e interpessoal	Responsabilidade	20%	De acordo com os critérios de avaliação transversais do agrupamento.	
	Autonomia			
	Autorregulação			
	Relacionamento interpessoal			

\* Na Área das Atividades Físicas, para efeitos de avaliação final do ano letivo, serão selecionadas as 6 melhores matérias onde o aluno obteve as melhores classificações, de acordo com as seguintes condições de possibilidade: 2 matérias da Subárea dos Jogos Desportivos Coletivos + 1 matéria da Subárea da Ginástica + 1 matéria da Subárea da Atletismo + 1 matéria da Subárea das Atividades Rítmicas Expressivas + 1 matéria das Subáreas Raquetes e Outras.

No que concerne à Referencia de Sucesso, na Área das Atividades Físicas, o aluno deverá desenvolver competências essenciais para o 11º ano de escolaridade de nível INTRODUÇÃO em 4 matérias e de nível ELEMENTAR em duas matérias, de diferentes subáreas e de acordo com as seguintes condições de possibilidade: 2 matérias da Subárea dos Jogos Desportivos Coletivos | 1 matéria das Subáreas da Ginástica e Atletismo | 1 matéria da Subárea das Atividades Rítmicas Expressivas | 2 matérias das Subáreas Raquetes e Outras.